



7月 いきいき

香川中部支援学校
保健だより
令和8年度



梅雨が明けると、本格的な暑さがやってきます。実は、人は「のどがかわいた」と感じたときには、すでに体の水分が不足し始めていることがあります。のどがかわく前にこまめに水分をとることを心がけて、暑い夏を元気に乗り切りましょう！

7月の予定

	項目	対象者	時間
1日 (水)	体重測定	中学部	9:20~
	精神科 校医相談	希望者	14:00~
2日 (木)	体重測定	小学部 (小3以外)	9:20~
6日 (月)	体重測定	幼稚部・小3	9:20~
9日 (木)	児童生徒 保健委員会	児童生徒 保健委員	15:30~



保健目標

早寝早起きをして、暑さに負けない体を作ろう！

給食目標

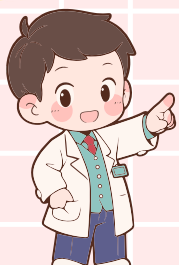
3食しっかり食べて、生活リズムを整えよう！



健康診断

受けて終わり

じゃ
もったいない！



おうちのひと
病院に行って、
悪いところがないか
検査してもらおう！

受診のおすすめ
をもらったら

早期治療の
チャンス



気になるところが
見つかったら

生活を見直す
チャンス



これからも健康な体で
いられるように、
心がけて生活しよう！

結果がバッチリ
だった人は

自分の
よいところを
気づける
チャンス



栄養バランスや
生活リズムに気をつけて
過ごしていますか？

[illegible]